

<献立表>

2025/05/03

現場 : カメリア藤沢
 年月日 : 2025年5月18日 (日) ~ 2025年5月24日 (土)

	日 18	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24
朝食	米飯	食パン	米飯	食パン	米飯	食パン	米飯
	野菜の卵とじ	具沢山のポタージュスープ	えびしんじょうの煮物	スクランブルエッグ	豆腐のそぼろあんかけ	オムレツ	千草焼き かにかまあんかけ
	ほうれん草の和え物	フルーツ	菜の花のお浸し	カリフラワーのサラダ	アスパラの胡麻和え	茄子のサラダ	オクラの和え物
	佃煮	ヨーグルト	佃煮	ヨーグルト	佃煮	ヨーグルト	佃煮
	味噌汁 (じゃが芋・いんげん)		味噌汁 (かぶ・ほうれん草)		味噌汁 (麩・かいわれ)		味噌汁 (絹さや・玉ねぎ)
昼食	五目あんかけ焼きそば	米飯	米飯	米飯	ハヤシライス	米飯	米飯
	蒸しシュウマイ	白身魚のフライ	鯖のみぞれ煮	松風焼き	小松菜のサラダ	豚肉の梅じそ焼き	鯖の塩焼き
	フルーツ(キウイ)	アスパラとハムのソテー	小松菜の菜種炒め	炊き合わせ	ヨーグルトババロア	南瓜のバター醤油煮	春雨の炒めもの
	リンゴジュース(100ml)	大根サラダ	おくらのなめ茸和え	キャベツのゆかり和え	コンソメスープ (大根・まいたけ)	チンゲン菜のお浸し	ほうれん草のナムル
	・麵禁・・・豚肉のオイスター炒め	味噌汁 (えのき・わかめ)	味噌汁 (玉ねぎ・水菜)	味噌汁 (なめこ・大根葉)		味噌汁 (かぶ・水菜)	かき卵スープ
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鮭の香味焼き	鶏肉の菜種焼き	豚肉と茄子のマヨポン炒め	赤魚の煮つけ	タンドリーチキン	カレイのムニエル	鶏肉のトマト煮
	さつま揚げと大根の煮物	カリフラワーのカニカマあんかけ	生揚げのきのこあんかけ	さつまいも甘煮	白菜とウィンナーのソテー	キャベツのソテー	ジャーマンポテト
	ブロッコリーと人参のサラダ	青梗菜の和え物	ブロッコリーのごまサラダ	ほうれん草のおかか和え	いんげんサラダ	ブロッコリーの和え物	青菜の和え物
	すまし汁 (三つ葉・麩)	味噌汁 (大根葉・油揚げ)	味噌汁 (里芋・こねぎ)	味噌汁 (豆腐・わかめ)	コンソメスープ (しめじ・ほうれん草)	コンソメスープ (えのき・人参)	コンソメスープ (アスパラ・しめじ)
3時	酒まんじゅう	ショコラブッセ	エクレア	ドームケーキ (こしあん)	いちごクレープ	和のパンケーキ (抹茶)	イチゴサンド
	エネルギー 1401 kcal 水分 985.2 g	エネルギー 1425 kcal 水分 1016.7 g	エネルギー 1439 kcal 水分 1156.8 g	エネルギー 1410 kcal 水分 933.0 g	エネルギー 1415 kcal 水分 1118.7 g	エネルギー 1413 kcal 水分 815.2 g	エネルギー 1430 kcal 水分 977.8 g
	蛋白質 56.6 g 脂質 39.1 g	蛋白質 54.5 g 脂質 44.4 g	蛋白質 58.2 g 脂質 53.2 g	蛋白質 63.7 g 脂質 35.9 g	蛋白質 56.9 g 脂質 46.7 g	蛋白質 55.4 g 脂質 49.2 g	蛋白質 58.1 g 脂質 50.7 g
	カルシウム 217 mg 食塩 7.4 g	カルシウム 414 mg 食塩 6.7 g	カルシウム 434 mg 食塩 6.7 g	カルシウム 386 mg 食塩 6.6 g	カルシウム 318 mg 食塩 7.0 g	カルシウム 310 mg 食塩 7.3 g	カルシウム 299 mg 食塩 7.9 g